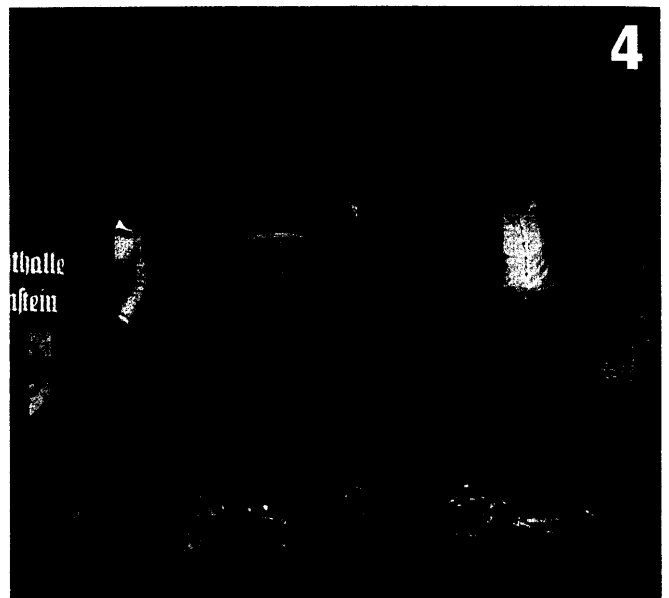




Anstatt die Müdigkeit als Zeichen zu erkennen, dass die Leistungsgrenze erreicht ist, wird mit *dem Willen dagegen angegangen*. Der Wille wird benutzt, um mehr an Leistung zu vollbringen, als nach der Konstitution tatsächlich geleistet

werden kann. Diese Überziehung des Leistungskontos führt zu Schulden, die sich in zunehmenden Beschwerden äußern. Die Teufelsspirale, die zu immer stärkerer Willensanstrengung und zu immer größerer Schwäche führt, hat begonnen.

Dr. M. O. Bruker  
(1909–2001)



### TITELTHEMEN

Elke Kolb

Auf der Suche nach der Leichtigkeit des Seins – Berichte von der GGB Frühjahrstagung 4

Dr. med. Erik Döllein

Was derzeit wirklich passiert 11

Dr. med. Wolfgang Hoppenhaller

Brief an den Landtag 15

### THERAPEUTISCHER RAT

Mathias Jung

Lebenskrisen ... und wie man ihnen begegnet 16

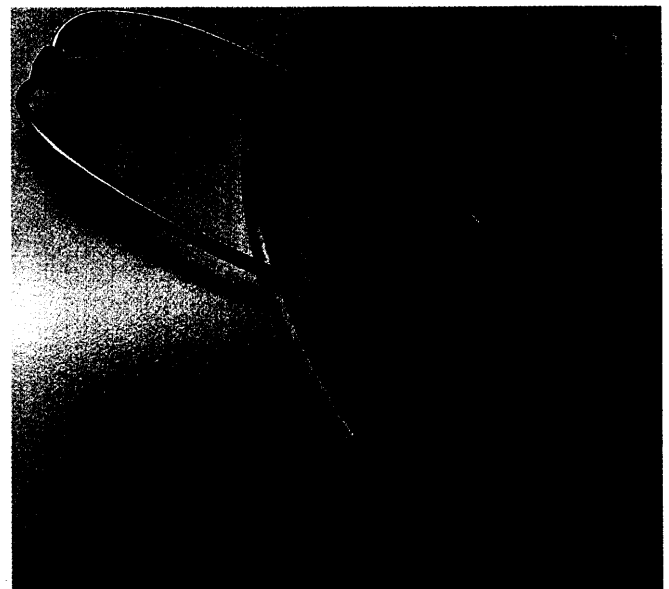
### ÄRZTLICHER RAT AUS GANZHEITLICHER SICHT

Jürgen Birmanns

Abhärtung 17  
Herzinsuffizienz 17

### AUS DER PRAXIS

Termine 18  
Vollwertig essen in Bad Wörishofen 20



### IMPRESSUM

Verlag und Vertrieb: emu-Verlag und Vertriebs-GmbH  
Dr.-Max-Otto-Bruker-Str. 3 · 55143 Lahnstein  
Tel. 026212017010 · Fax 01713311550 0933-7016  
Sie finden uns auch im Internet unter [www.dr-brucker.de](http://www.dr-brucker.de)  
Unsere E-Mail-Adresse lautet: [abg@emu-verlag.de](mailto:abg@emu-verlag.de)  
Verantwortlich für den Inhalt:  
Dr. med. Jürgen Birmanns, Ilse Gutjahr-Jung, Dr. phil. Mathias Jung  
Bezugspreis und Abo-Bestellungen:  
DER GESUNDHEITSBERATER erscheint in 12 Ausgaben jährlich, jeweils Anfang des Monats, und ist im Mittelwertbetrag der GGB enthalten.  
Einzelpreis € 2,55 · Abo-Preis Inland € 35,80 (incl. Porto, Versand) · Ausland € 45,00 (incl. Porto, Versand) · Kündigungsfrist: Drei Monate vor Ablauf des Jahresabonnements.  
Bestellungen an den emu-Verlag, Lahnstein.  
Für Artikel, die namentlich gekennzeichnet sind, übernimmt der Verlag keine Verantwortung.  
Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen vor.  
Für unverlangt eingesandtes Material übernimmt die Redaktion keine Gewähr.  
Gesamtherstellung: Kösel, Krugzell  
Bankverbindung: Volksbank Rhein Lahn eG,  
BLZ 57 092 800, Konto 0 201 496 713  
Alle Rechte vorbehalten.